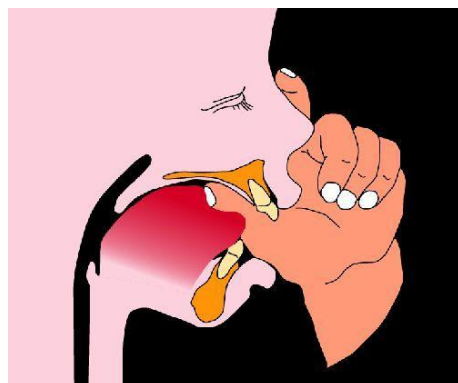


Logopédiai problémákhoz vezető rossz szokások gyermekkorban

Már gyermekkorban kialakulhatnak olyan káros szokások, melyek kedvezőtlenül befolyásolják a hangképzést, a fogak elrendeződését, a légzést és a nyelést. Ha huzamosabb ideig fennállnak, súlyos következményei lehetnek és nehezebben orvosolhatók.

Talán az egyik leglátványosabb elváltozást előidéző rossz szokás az *ujjszopás* vagy a *cumizás*. Az ujjszopásnak leginkább fogazatkárosító hatása van, ha a maradó fogak megjelenését követően is megmarad a cselekvés. Az ujj fogakra gyakorolt nyomásának következtében nyitott harapás alakulhat ki, ahol a nyelv könnyen kibújhat nyelésnél, tovább károsítva a fogazatot. Az ujj lenyomja a nyelvet, ezzel megakadályozva, hogy nyelésnél a szájpadláshoz nyomódjon a nyelv, mint normál esetben. Így a nyelv legtöbbször elől, a felső és alsó frontfogak között bújik ki nyelésnél, a frontfogak elállóvá válását eredményezve. A szabálytalan nyelés az ujjszopás elhagyása után is megmaradhat, és tovább torzíthatja a fogakat. A fogak helytelen záródása beszédhibákhoz is vezethet, valamint megváltoztathatja az arc szerkezetét, az arcprofil. Ugyanilyen hatása lehet, ha a szoptatás befejeztével rendszeresen *cumisüveggel* vagy *csőrös itatópohár* segítségével tápláljuk gyermekünket.



Az ujjszopás mellett a *szájlégzés* a másik legkárosabb szokás. Ilyenkor a gyermeknek folyamatosan nyitva van a szája, és nem az orrán keresztül, hanem állandó jelleggel a száján vesz levegőt. Ennek legfőbb okozói a gyakori nátha, orrdugulás, cumizás, allergia, valamint a sűrűn jelentkező orrmandula problémák lehetnek. Ha megszűnnek a kiváltó okok, rossz szokásként megmaradhat a szájon át történő levegővétel. Ez a légzésmód renyhe arcizomzatot és kusza fogazatot eredményez. Közrejátszik a helytelen nyelés kialakulásában is. Ha a nyelv nem a szájpadláshoz illeszkedik, hanem lejjebb, akkor nem tud megfelelően fejlődni az állcsont, mely szűk fogívekhez vezet. Így az újonnan kibúvó maradó fogak nem fognak elférni a fogíven, ezért összetorlódhatnak.

Vannak további káros szokások, melyeknek szintén negatív fogászati következményei lehetnek. Ilyen a körömrágás, ajkak rágeszálása, szopogatása, a nyelvnyújtogatás, az ajakharapdálás vagy a ceruzarágás, és a fogcsikorgatás. Ezekre érdemes minél előbb felhívniunk gyermekünk figyelmét és leszoktatni róluk. Egy kis odafigyeléssel sok későbbi problémától óvhatjuk meg gyermekünket.

Gergely Kinga

logopédus

Fejér Megyei Pedagógiai Szakszolgálat
Martonvásári tagintézménye